

4 de febrero: Día Mundial Contra el Cáncer

Expertos en nutrición oncológica alertan del aumento de la ortorexia en pacientes con cáncer

- Se trata de un trastorno de la conducta alimentaria que convierte la alimentación saludable en una obsesión
- Se da en mayor medida en pacientes jóvenes, principalmente mujeres que creen que de este modo controlarán los síntomas de su cáncer o los efectos secundarios de su tratamiento
- Ante esta realidad, el Colegio Oficial de Dietistas-Nutricionistas de la Comunitat Valenciana (CODiNuCoVa) insiste en la necesidad de incluir a estos profesionales sanitarios como parte del equipo de los servicios de Oncología al tiempo que subraya la importancia del trabajo conjunto entre los profesionales de la Nutrición y la Psicooncología para atender a los y las pacientes de cáncer

València, 2 de febrero de 2024- El Colegio de Dietistas-Nutricionistas de la Comunitat Valenciana (CODiNuCoVa) ha alertado, con motivo del Día Mundial Contra el Cáncer, de un aumento de la ortorexia entre los pacientes oncológicos, principalmente mujeres jóvenes. La ortorexia es un trastorno de la conducta alimentaria que afecta a las personas que se obsesionan irracionalmente por comer sano convirtiéndose así en su principal preocupación.

La nutricionista Victoria M. Góngora, especialista en nutrición oncológica, comenta que el origen de este trastorno mental entre las pacientes oncológicas nace de querer controlar los síntomas de su cáncer o los efectos secundarios del tratamiento que reciben. Esto ocurre, entre otras cuestiones, “porque no cuentan con un asesoramiento ni seguimiento por parte de un dietista-nutricionista dentro del equipo sanitario que la trata ni tampoco de un profesional de la psicooncología”. Esta circunstancia lleva a adquirir comportamientos que no son saludables y que no necesariamente mejoran su calidad de vida ni su estado físico. “Estas pacientes pretenden controlar la enfermedad a través de la alimentación, restringiendo grupos de alimentos, incluyendo suplementos, lo cual fomenta miedos y culpa ante la ingesta de alimentos. Esto puede generar trastornos psicológicos, como la ortorexia, si no se abordan”, cuenta la profesional de la nutrición.

Departamento de Comunicación

Ana Zalamea 636397113

Ángela Martí 652958571

prensa@codinucova.es

Tal y como explica Luis Cabañas, presidente del CODiNuCoVa y experto en nutrición oncológica “un peor estado nutricional está relacionado con mayor reingreso hospitalario, menor calidad de vida y mayor mortalidad. Es fundamental prevenir y tratar la desnutrición asociada al cáncer, ya que hasta un 80% de pacientes podría presentar desnutrición a lo largo de la enfermedad”. Para ello es fundamental integrar a los y las dietistas-nutricionistas como parte del equipo multidisciplinar en los servicios de Oncología.

Y es que actualmente las personas diagnosticadas de cualquier tumor en la Comunitat Valenciana no tienen acceso a un profesional de la Nutrición a través de la red pública sanitaria. Esta falta de acceso a dietistas-nutricionistas pone en peligro a pacientes y familiares que buscan información nutricional por su cuenta, recurren a numerosas dietas milagro y suplementos y tienen riesgo de padecer estados de desnutrición que comprometen su tratamiento oncológico y su salud.

Un buen estado nutricional es clave para tolerar mejor los efectos del tumor y los tratamientos oncológicos. Por lo tanto, “omitir este tratamiento a un paciente con cáncer no sólo reduce sus posibilidades de tolerar tratamientos tan agresivos, sino que limita el beneficio de los siguientes pasos terapéuticos durante el largo recorrido clínico”, explica Victoria M. Góngora.

Nutrición y Psicooncología, de la mano para acompañar al paciente

Para evitar trastornos de la conducta alimentaria como la ortorexia, los expertos en nutrición oncológica subrayan la importancia del trabajo conjunto entre los profesionales de la Nutrición y la Psicooncología para atender a los y las pacientes oncológicas. “El cáncer a nivel psicológico genera un gran impacto emocional y esto está directamente relacionado con las decisiones que tomamos con respeto a la alimentación”, relata Victoria M. Góngora.

Y es que, en muchas ocasiones, la ansiedad o la depresión tras el tratamiento pueden asociarse a una peor calidad de la dieta y para poder mejorarla es clave que los nutricionistas colaboren estrechamente con los psicólogos.

Fruto de esta necesidad, el CODiNuCoVa ha lanzado una formación específica en nutrición oncológica donde realizará una actualización sobre dietoterapia y el rol de la alimentación durante todo el proceso de la enfermedad, así como de las diversas estrategias para mitigar los efectos secundarios del cáncer y sus tratamientos, así como la importancia de la psicooncología y cómo trabajar conjuntamente en estos casos.

“Gracias a una adecuada alimentación se puede mejorar el estado físico y reducir los síntomas y efectos secundarios de los tratamientos. Sí hay pautas dietéticas en las que hay que prescindir de determinados alimentos para no empeorar los síntomas, por

ejemplo, verdura cruda si hay diarrea, pero este trastorno nace al no recibir asesoramiento sobre cuál es el papel que juega la nutrición durante toda la enfermedad. Al final, como los y las pacientes no tienen orientación profesional, se dejan guiar por falsos consejos y eso les puede perjudicar seriamente”, concluye la experta.

Sobre CODiNuCoVa

El CODiNuCoVa es el Colegio Oficial de Dietistas-Nutricionistas de la Comunitat Valenciana. Constituido en 2009, es el segundo más grande de toda España dedicado a la profesión, con más de 1.200 dietistas-nutricionistas colegiados. Los y las dietistas-nutricionistas son expertas en alimentación, profesionales de la salud dedicadas a ámbitos tan diversos como la investigación, la docencia, la atención clínica, la salud pública, la nutrición comunitaria, la seguridad alimentaria, la restauración colectiva y social o la educación alimentaria, entre otros. Desde el CODiNuCoVa se trabaja para poner en valor la relevancia de la nutrición en nuestras vidas, promover una correcta salud alimentaria entre la sociedad e integrar la actividad de los dietistas-nutricionistas en la estructura sanitaria y social para lograr una mejor calidad de vida y el bienestar de todos los ciudadanos. Más información en www.codinucova.es